

Életerő és nóta

Van egy klub, amely a természetes életmód népszerűsítője. A Vitalitás klub vezetőjével, Makai Józseffel beszélünk.

- A vitalitás életképességet, életerőt, életrealitást jelent. Miért választották ezt a nevet?

Makai József:
- Életmód lett volna a klub neve, de az én céljaimat jobban kifejezi a vitalitás szó. Nem csak az egészségügygel kapcsolatban, hanem minden területen nagy az információáradat. Ennyi adat és hír között már nagyon nehéz kiigazodni. Ráadásul sok a fél információ és a hazugság. Atomfizikus bátyámat azzal szoktam piszkálni, mondja már meg, hogy egy olyan egyszerű polgár, mint én, hogyan igazodjon el a rengeteg adat között. Erre ő mindig azt válaszolja, hogy keressem az igazságot. Mindennek nézzek utána, más lehetőség nincs. Ezért is gondoltam, hogy szervezek egy klubot, ahová szinte „válogatás nélkül” beengedek mindent és odateszem az emberek elé. Ez esetben mindenki kialakíthatja a saját véleményét. Akinek van hozzá kedve és némi pénze,



A klub tagjai életképességet, életerőt, életrealitást képviselnek

sok mindent ki is próbálhat. Így mindenki maga döntheti el, hogy neki mi a jó.

- Mi mindent enged be a klubba?

- A bátyámtól kezdve, aki tudományos körből származik, egészen a boszorkányokig, a jóskokig, majdnem mindenkit. Még az is bejöhét, aki azt mondja, hogy majd odateszi a kezét, ahova kell és csodát művel.

En természetgyógyászattal foglalkozom - lassan húsz éve. Rendelőmben dolgozom, a hagyományos kínai orvoslással gyógyítok. A több ezer éves gyakorlati tapasztalat alapján pontokat nyomok, világítok, magokat ragasztok. Sok mindennel foglalkozom, mert kíváncsi vagyok. Agykontrolloztam, radiesztéziával, talpmasszázzsal foglalkoztam, reikimester vagyok. Ha a másik emberben van elegendő hit, akkor meggyógyul, de akkor nélkülem is

meggyógyul. Én nem dönthetem el, hogy ki milyen módon gyógyuljon meg. Talcán felkínálok egy étlapot, amelyről mindenki kiválaszthatja, hogy számára, mi az, ami elfogadható, megemészthető, ő mitől lesz gazdagabb és egészségesebb. Nagyon szeretnék segíteni az embereknek, és úgy érzem, így tudok is.

- Hányan járnak a klubba?

- Húsz fő számát törzstagok. Inkább a 40 feletti és a nyugdíjasok jönnek, de bárkit szívesen látunk. Annak nem örülök, hogy kevés a fiatal tagunk. Talán ők még túlságosan el vannak foglaltak a saját kis életükkel, a munkahelyi és egyéb problémáikkal. Még nem jutottak odaig, hogy megengedjék maguknak a lazítást, pedig pihenni úgy is lehet, hogy közben a hallottaktól gazdagabbak lesznek. Az előadások hétfő esténként 5 óra körül kezdődnek. Előtte és utána a klubban zsbivásár van, min-

denki beszélget mindenkivel. A jobb előadók persze hagyják, hogy az egy-két órás előadás közben is kérdezzenek. Ez is, és a havi egy nótaest is hozzátartozik az étlaphoz, mert úgy gondolom, hogy a zenének minden ember életében jelen kell lennie. A nótaesteken a tagoknak azt szeretném megmutatni, hogyan lehet teljesebb az életük. Akinek van kedve, elénekel egy dalt, és ha én is ismerem, akkor hegedűn kísérem. Az egyik tudja a szöveget, a másik nem, így aki akarja, megtanulja. Semmi nem kötelező. Mindenki belső meggyőződése szerint vesz részt a foglalkozásokon. Sok mindent megmutatunk és ki, mit hisz el, azt kipróbálja.

- Milyen visszajelzések érkeznek? Beszámolnak a tagok a gyógyulásaikról?

- Mi nem gyógyító közösség vagyunk. Előfordult, hogy valaki kipróbálta az előadást hallottakat és meggyógyult, de volt olyan is, aki elment valahová és nem gyógyult meg. Akinek sikerült, és akinek nem, a klubban elmesélheti a történetét, megoszthatja a tapasztalatait, odateheti a közösség elé, abból is tanulunk. Mindenkinek rá kell jönnie arra, hogy az ő élete a saját felelőssége. Nem az enyém, nem az orvosé, nem a szomszédé vagy az apjéé, anyjéé, hanem az övé. Neki kell felelősséget vállalnia, és ezt lelkiismeretesen csak úgy teheti meg, ha ismeretekre tesz szert a szervezettel és magával kapcsolatban. A tévécélőkre adnak egyéves garanciát, az emberi életre még öt percet se.

Ozsda Erika

Az



műsora

2009. november 16 - november 22-ig

November 16. hétfő

9:00	Hit és Élet ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Számvetés (Perczel Tamás élete és halála) 1. rész magyar dok.film 45' ism. rend.: Tóth Péter Pál
10:45	Tea két személyre ism.
11:15	Érdi Panoráma ism.
15:00	Négyesek ism.
15:30	Halvizio ism.
16:00	Ifipark ism.
16:30	Földközben ism.
17:00	Hit és Élet ism.
17:30	Tea két személyre ism.
18:00	1100 év Európa közepén Bayer Zsolt és Nemes Tibor filmje 59-60. rész ism.
19:00	Híradó
19:20	Esti mese
19:30	Négyesek ism., beszélgetés aktuális témákról
19:45	Kézilabda-mérkőzés
21:15	Per helyett, jogi esetek
21:45	Burleszk parádé
22:00	Híradó ism.
22:15	Négyesek ism.
22:30	Per helyett ism.

November 17. kedd

9:00	Per helyett ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Földközben ism.
10:30	Ifipark ism.
11:00	Kézilabda-mérkőzés ism.
15:00	Négyesek ism.
15:30	Hit és Élet ism.
16:00	Per helyett ism.
16:30	Fény-kép ism.
17:00	Ifipark ism.
17:30	Halvizio ism.
18:00	Számvetés (Perczel Tamás élete és halála) 1. rész magyar dok.film 45' ism. rend.: Tóth Péter Pál
19:00	Híradó
19:20	Esti mese
19:30	Négyesek ism., beszélgetés aktuális témákról
19:45	Fény-Kép, kulturális magazin
20:15	Vitalitás ism.
20:45	Dollárpapa magyar filmvígjáték 102' ism. rend.: Gertler Viktor fsz.: Rajz János, Darvas Iván, Somogyi Erzszi
22:30	Híradó ism.
22:45	Négyesek ism.
23:00	Fény-kép ism.

November 18. szerda

9:00	Fény-Kép ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Vitalitás ism.
10:30	Hit és Élet ism.
11:00	Per helyett ism.
11:30	Ifipark ism.
15:00	Négyesek ism.
15:30	Fény-Kép ism.
16:00	Érdi Panoráma ism.
16:30	Tea két személyre ism.
17:00	Vitalitás ism.
17:30	Burleszk Parádé
17:45	HáziMozi ism. Beszélgetés Dénes Gábor rendezővel
18:00	A remény útjai 2. rész Portrévázlatok Vigh Tamás szobrászművészről magyar dok.film 55' ism. rend.: Dénes Gábor

November 19. csütörtök

9:00	Hit és Élet ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Érd Megyei Jogú Város Közgyűlésének élő közvetítése a Polgárok Házából
15:00	Négyesek ism.
15:30	Vitalitás ism.
16:00	Halvizio ism.

November 19. csütörtök

9:00	Hit és Élet ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Érd Megyei Jogú Város Közgyűlésének élő közvetítése a Polgárok Házából
15:00	Négyesek ism.
15:30	Vitalitás ism.
16:00	Halvizio ism.

16:30	Hit és Élet ism.
17:00	Ifipark ism.
17:30	Fény-Kép ism.
18:00	Mozgás ism.
18:30	Tea két személyre ism.
19:00	Közgyűlés összefoglaló
19:20	Esti mese
19:30	Négyesek ism., beszélgetés aktuális témákról
19:45	Felporgető, film- és programajánló
20:15	Földközben, környezetvédelem, ökológia
20:45	Etika Klub ism.
21:15	Közgyűlés összefoglaló ism.
21:30	Négyesek ism.
21:45	Földközben ism.
22:15	Felporgető ism.

November 20. péntek

9:00	Felporgető ism.
9:30	Négyesek ism.
10:00	Földközben ism.
10:30	Mozgás ism.
11:00	Vitalitás ism.
11:30	Tea két személyre ism.
12:00	HáziMozi ism. Beszélgetés Dénes Gábor rendezővel
12:15	A kamerás ember - Portréfilm Schuller Imre operatőr-, rendezőről magyar dok.film 57' ism. rend.: Dénes Gábor
15:00	Négyesek ism.
15:30	Felporgető ism.
16:00	Etika Klub ism.
16:30	Fény-kép ism.
17:00	Vitalitás ism.
17:30	Földközben ism.
18:00	1100 év Európa közepén Bayer Zsolt és Nemes Tibor filmje 59-60. rész ism.
19:00	Híradó
19:20	Esti mese
19:30	Négyesek ism., beszélgetés aktuális témákról
19:45	Mojito buli, szórakozás, programok
20:15	Csend svéd filmdráma 102' rend.: Ingmar Bergman fsz.: Ingrid Thulin, Gunnel Lindblom
22:00	Híradó ism.
22:15	Négyesek ism.
22:30	Mojito ism.

November 21. szombat

9:00	Kézilabda-mérkőzés ism.
10:30	Mikrofonláz, ifjúsági magazin
11:00	Mojito ism.
11:30	Felporgető ism.
12:00	Etika Klub ism.
15:00	Mikrofonláz ism.
15:30	Négyesek ism.
16:00	Érdi Panoráma, heti események összefoglalója
16:30	Csillagszem - Bangó Margit
17:00	Fény-Kép ism.
17:30	Mojito ism.
18:00	Életem Afrika 3-4. rész magyar utifilm 54' ism. rend.: Cséke Zsolt
19:00	Érdi Panoráma ism.
19:30	Mikrofonláz ism.
20:00	Burleszk parádé
20:15	Szakadék magyar filmdráma 114' rend.: Ranódy László fsz.: Bara Margit, Bessenyei Ferenc, Bihari József, Dayka Margit
22:15	Házibuli klipműsor

November 22. vasárnap

9:00	Csillagszem ism. - Bangó Margit
9:30	Burleszk parádé
10:00	Földközben ism.
10:30	Hit és Élet, vallás és civil társadalom
11:00	Mikrofonláz ism.
11:30	Érdi Panoráma ism.
12:00	Csillagszem ism. - Bangó Margit
15:00	Csend svéd filmdráma 102' ism. rend.: Ingmar Bergman fsz.: Ingrid Thulin, Gunnel Lindblom
16:45	Érdi Panoráma ism.
17:15	Burleszk Parádé
17:45	1100 év Európa közepén Bayer Zsolt és Nemes Tibor filmje 61-62. rész
18:45	Fogadó az örök világhoz magyar film 97' rend.: Bán Róbert fsz.: Torócsik Mari, Márkus László, Fülöp Zsigmond
20:30	Számvetés (Perczel Tamás élete és halála) 2. rész magyar dok.film 46' rend.: Tóth Péter Pál
21:30	Érdi Panoráma ism.
22:00	Hit és Élet ism.

Családi nap a Vitalitás klub szervezésében



tására és a lehetséges megoldások felvázolására szolgálnak.

Színházterem - 14-18 éves gyerekeknek

- 9. 30-9.50 Megnyitó.
- 10.00-10.20 DADA
- 10.20-10.40 Tudatos életmód- és egészségvédő program.
- 11.00-11.20 Bemutatkozik az Ifjúsági Klub.
- 11.20-11.40 Emberi kapcsolatok
- 12.00-12.30 Pályaválasztás

3-as terem - szülőknek

- 10.00-10.20 A nemi identitás zavarai. Nemi szerepek tisztázása a családon belül.
- 10.20-10.40 Szülő-gyerek kommunikációs zavarok kiküszöbölése.
- 11.00-11.20 Szexuális problémák és megoldási lehetőségeik a párkapcsolatokban.
- 12.00-12.30 A gyerekek szexuális nevelése.

12.00-12.30 A szülők felelőssége a gyermek mozgáskultúrájának kialakításában. (az 1-es teremben összevontan!)

1-es terem - szülőknek

- 10.00-10.20 Az otthonról hozott szokások jelentősége a gyermek életében.
- 10.20-10.40 A családon belüli kommunikáció.
- 11.00-11.20 A közösen átélt játék szerepe, jelentősége.
- 11.20-11.40 A családon belüli kommunikációs zavarok és megoldási lehetőségeik.
- 12.00-12.30 A szülők felelőssége a gyermek mozgáskultúrájának kialakításában.

Előter:

- az előadók a rendezvény végéig szívesen válaszolnak a kérdésekre;
- bemutatkozik a természetgyógyászat, keleti mozgáskultúrák;
- korszerű táplálkozási bemutató;
- kisgyermek részére gyermekfelügyelet.

Meghívó

A Csuka Zoltán Városi Könyvtár szeretettel meghívja Önt és kedves ismerőseit

2009. november 18. (szerda) 17 órára

Fekete V. Éva
„Egy kő röpül a kerítés mögül”
c. könyvének bemutatójára.

A kötetet bemutatja:
Biró András író, költő.

Közreműködik:
Szabó András előadóművész.

A rendezvényen képviselteti magát a Püski Kiadó.

Helyszín: Csuka Zoltán Városi Könyvtár
2030 Érd, Hivatalnok u. 14.
Tel.: (23) 365-470
www.csukalib.hu

KATALIN BÁL

2009. november 28-án szombaton 19 órától hajnali 5-ig
a **ROZBORA ZENEKARRAL**

- **Büfé, tombola, családi hangulat!**
- **Hozza el barátait, ismerőseit, nem fogja megbánni!**

Jegyek már kaphatók
- csak szombaton és vasárnap napközben -
a Szepes Gyula Művelődési Központban.
Jegyár: 3000 forint

Érdeklődni a 23/364-097 telefonszámon vagy
Zelenka Lászlóné Ilonkánál
a 06-30/597-8817, illetve
a 23/365-490/101 telefonszámon lehet.

